

facebook.com/tromepe
trome
AÑO 24 | Nº 8606
MIÉRCOLES 14 DE MAYO DEL 2025
DIRECTOR PERIODÍSTICO: CARLOS ESPINOZA OLCAY
S/ 1.00
VÍA AÉREA S/ 1.20

SE LE MUEVE EL PISO A DINA EN PALACIO

ANOCHE DEJÓ SU CARGO EL PRIMER MINISTRO GUSTAVO ADRIANZÉN Y PIDEN QUE PRESIDENTA RENUNCIE

Página 8

DIVERSOS GREMIOS PARALIZAN HOY POR OLA DE EXTORSIONES Y ASESINATOS

EN LA TARDE CAMBIÓ A TRES MINISTROS Y LE CAE LLUVIA DE CRÍTICAS

POR UN TRIUNFO COPERO

RECIBE A BARCELONA A LAS 9 DE LA NOCHE, EN EL MONUMENTAL

PÁGINA 12

PRIMO DE DEYSI ARAUJO VA A HOSTAL Y MUERE

DE FORMA EXTRAÑA Y SOSPECHAN DE POLICÍAS

PÁGINA 4

SE MULTIPLICAN MALES RESPIRATORIOS

ALERTAN POR AUMENTO DEL FRÍO

PÁGINA 9

ENCUESTA

SÍ 38% **NO** 62%

AYER
¿Cree que Dina Boluarte terminará su mandato en julio de 2026?

HOY
¿Cree que Dina Boluarte será vacada?

RESPONDA EN TROME.COM

PALABRAS DEL ALMA

"Dina habría negociado la cabeza de algunos ministros por salvar al incompetente Adrianzén. Sale José Salardi, de lo mejor del Gabinete, por presiones de la izquierda. Terrible que la presidenta prefiera sacrificar a lo mejor y dejar a lo peor".

ALEJANDRO CAVERO (CONGRESISTA)



"¿Cambio de ministros... o negociado de ministerios? Lo que hay en Palacio no es renovación, es desesperación. Todo para salvar a Adrianzén de una censura cantada".

PATRICIA CHIRINOS (CONGRESISTA)

DÓLAR

3.65 COMPRA — 3.67 VENTA

EURO

4.17 COMPRA — 4.19 VENTA



CLIMA

MÁXIMA 24° — MÍNIMA 15°

trome

Editor General: José Castillo Altez

Contenido elaborado por Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21. Teléfono: 311-6500.

Fax: 311-6353. Página web: www.trome.com E-mail: trome@trome.com Publicidad: 708-9999.

Impreso en la Planta Pando de Empresa Editora El Comercio S.A. Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre, Lima21.

Depósito Legal en la Biblioteca Nacional del Perú N°2001-1992

Los artículos firmados y/o de opinión son de exclusiva responsabilidad de sus autores.

LA SEÑO MARÍA

CUIDA TU DINERO

Mi amigo, el fotógrafo Gary, llegó al restaurante por un pollo al sillao servido con arrocito blanco y papa sancochada. Para tomar pidió una jarrita de linaza. **"María, una nueva ley permite el retiro de los depósitos de la Compensación por Tiempo de Servicios (CTS).** La medida regirá hasta el 2026 para que los trabajadores saquen sus fondos individuales. Si se va a sacar del banco ese dinero, es importante utilizarlo de manera responsable. La CTS es una especie de seguro de desempleo. **Pero con el retiro permitido, muchos se quedarán con saldo cero o con muy pocos fondos.** Con esta crisis económica, uno puede perder el puesto en cualquier momento. Si eso pasa, solo se irá con su último sueldo y sus vacaciones truncas. Nada más. Por eso, esta platita no puede ser gastada así nomás.

Por ejemplo, se puede poner un negocio o terminar de pagar o amortizar una deuda. Nada de comprar ropa, muebles o irse de viaje. A mí me preocupan las últimas autorizaciones para liberar la CTS o los fondos de las AFP, pues mucha gente se va a quedar sin dinero para cuando realmente lo necesite. En ese caso, ¿quién los va a ayudar? ¿El Estado? Aparte de esos fondos, hay que tener la costumbre de ahorrar siempre. Así se gane poco, siempre ahorrar, aunque sea unas monedas. Juntando de a pocos se pueden lograr sumas importantes para lograr metas.

- **Puedes invertir tu dinero en fondos** mutuos o mercado de capitales, que te dan mejores intereses que los bancos.
- **Aporte voluntario a tu fondo de pensiones.** Así incrementas tu fondo en las AFP sin que ese dinero esté destinado exclusivamente para la jubilación.
- **Inversión en un negocio.** Para ello debes planificar lo que harás antes de sacar el dinero.
- **Invierte en inmuebles.** Puede ser un lote o una casa. También adecuar la tuya para alquilar cuartos o departamentos.
- **Si aún tienes deuda por la compra de tu casa,** puedes amortizar o terminar de pagar con tu fondo de CTS". Me voy, cuídense.

KARRY



LOS 'TUITS' DEL DÍA





@NinaSunqu
KARLA RAMÍREZ CAMARENA

Se fue el premier del fake. Gustavo Adrianzén negó hoy su salida, y pocas horas después ya estaba fuera. Negó el 30 de abril los secuestros en Pataz, que terminaron en una masacre. Negó en enero pasado que fueran a sacar a Demartini, pero esa misma noche Demartini quedaba fuera.



@mikeurbina17
MIKE

Sporting Cristal no puede tener este plantel. No puede, entiende Raffo, entiende que el fútbol peruano no está en el momento que tú quieres de tener puro chibolo y venderlos. No sirve tu modelo.

HABLAN LOS TROMES

Pueblos abandonados

Soy de Madre de Dios, cerca de la frontera con Brasil. Desde hace cinco años vivo en Lima por trabajo. Es un cambio enorme. Es como vivir en un país diferente. Mi comunidad casi abandonada por el Estado. Muchos prefieren pasar a Brasil para atenderse en hospitales, comprar o hasta ir al colegio. Mientras tanto, los congresistas pensando en hacerse un club de playa en el sur de la capital. Es el colmo.

Amador Amasifuén Gálvez
Vecino de Los Olivos

No solo ocurre en Madre de Dios. También en Loreto o Cajamarca. El Perú tiene olvidados a sus pueblos del interior. En estos tiempos de avances tecnológicos increíbles, aún no llega el Estado a todos los rincones del país. Es una tarea para los gobernantes.

Combatir la anemia

La anemia afecta a millones de personas en el Perú, en especial a niños menores de cinco años. Con tantos programas sociales como Wasi Mikuna, no deberíamos tener esas cifras. Algo no está funcionando. Puede ser que la corrupción se lleve los recursos y que estos no lleguen a los más pobres. La falta de hierro en la sangre provoca que los niños no aprendan las lecciones y no desarrollen su inteligencia.

Godofredo Santiváñez Soto
Vecino de Independencia

La anemia, especialmente en niños, sigue siendo un problema de salud pública importante en Perú, afectando a alrededor del 43 % de los niños de 6 a 35 meses de edad. Las regiones más afectadas son Puno, Ucayali y Madre de Dios, entre otras.

EMERGENCIAS

Bomberos	116	Escuadrón Verde	4276904
Emergencias	105	Luz del Sur	6175000
Defensa Civil	115	Sedapal	3178000
EsSalud	4118000	Indecopi	2247777
Águilas Negras	3623277	Pluz Energía	5171717

DICE QUE CONTARÁ TODO

'El Italiano' teme que lo maten en prisión

Pierre Ángel Panduro Verástegui (30), 'El Italiano', asesino del cantante de Armonía 10 de Piura, Paul Flores García, 'Russo', teme que lo maten en el penal donde van a recluirlo. "Voy a hablar todo, pero, viejo, que me manden a Lurigancho aunque sea porque me van a matar", dijo a un detective.

La Policía sospecha que volvía a Lima para un nuevo asesinato. La orden se la habría dado el prófugo Erick Moreno Hernández, 'Monstruo'.

Al ser capturado, 'El Italiano' estaba con su pareja sentimental y había comprado pasajes para Arequipa y Lima. El 16 de marzo, tras disparar al bus del grupo de cumbia, según las autoridades, habría asesinado a José Miguel Jurado Carbajal, 'Bocón', y horas después a Miguel Ángel Salas Briones (42), en Comas. (E. Cirilo)



PAUL FLORES 'RUSSO'

PIERRE PANDURO (30)

INGRESÓ CON SU PAREJA, DISCUTIERON, POLICÍAS DE CIVIL LO INTERVINIERON Y MURIÓ CAMINO AL HOSPITAL

SAN JUAN DE LURIGANCHO

PRIMO DE DEYSI ARAUJO VA A HOSTAL Y MUERE

Un primo de la bailarina Deysi Araujo falleció en extrañas circunstancias tras dejar un hostal de San Juan de Lurigancho, al que ingresó con su pareja. Los deudos creen que policías se habrían excedido cuando lo intervinieron.

El mototaxista e integrante de la agrupación musical Armonía y Juventud, Eden Salomón Cubas Mundaca (32), y su enamorada Juana Enrique Muñoz se alojaron en el cuarto 402 del hostal JS, cuadra seis de la avenida Jorge Basadre Este. Luego, sostuvieron una agria discusión.

A las 4:30 de la madrugada, Eden Cubas escribió por WhatsApp a su hermano pidiendo que vaya al hostal con policías. Una hora después, dos agentes de la comisaría de La Huayrona entraron. En el pasadizo del cuarto piso estaba Juana Enrique con sangre en el rostro. En el cuarto, Eden Cubas yacía en el piso con las manos y pies atados. Sobre él estaba un hombre, identificado como Edwin Rojas.

'SUÉLTAME, SUÉLTAME'

Los efectivos pusieron los grilletes al mototaxista, quien se resistía y decía 'suéltame, suéltame'. Los policías, en su acta de intervención, indicaron que Cubas se golpeaba la cabeza. Cuando lo llevaban, se desmayó y lo trasladaron al hospital de San Juan de Lurigancho, donde murió.

El lunes los parientes, mientras buscaban a Eden, hallaron su mototaxi en el hostal JS. Les informaron que había fallecido. Están convencidos de que no se suicidó y creen que los dos sujetos, que serían policías de civil, y que llegaron antes que los efectivos uniformados, causaron su muerte.

Deysi Araujo está consternada por el fallecimiento de su primo y pidió que se averigüe lo que ocurrió. (E. Cirilo)

Bailarina está dolida por la extraña muerte y pide que se aclare qué ocurrió

EDEN CUBAS MUNDACA (32)



DEYSI ARAUJO

INTEGRABA LA AGRUPACIÓN MUSICAL ARMONÍA Y JUVENTUD

DE 'LOS MEXICANOS'

Atrapan a 'Loco Mena'



KEVIN DELGADO (29)

Fue detenido un integrante de la banda de extorsionadores 'Los Mexicanos', que cobraba cupo por la billetera digital Yape.

Detectives Antisecuestros arrestaron a Kevin Arnold Delgado Mena (29), 'Loco Mena', cerca de la casa de su víctima, en la cuadra 5 del jirón Río Rímac, en El Agustino.

Estaba en una moto lineal y se llevaba el dinero que le cobró al agraviado.

Días antes, le transfirieron por Yape parte de los mil soles que le pidió a cambio de no atentar contra su vida o la de algún familiar. (E. Cirilo)

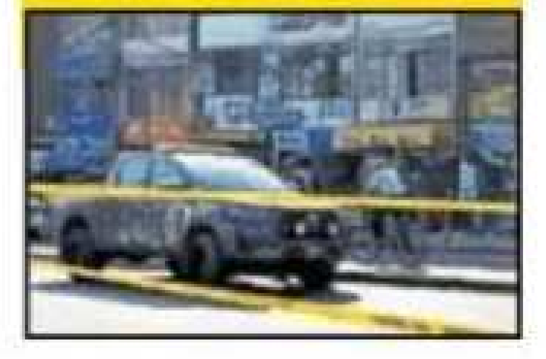
VENTANILLA

Motociclista acribillado

De múltiples balazos y a plena luz del día, un joven motociclista fue asesinado, en Ventanilla. En el ataque, una bala perdida hirió a un sexagenario hombre.

A las 2:40 de la tarde, un pistolero atacó a Brian Ignacio Zeco Ramírez (22), frente a un minimarket, en la avenida La Playa.

La víctima fue llevada al hospital de Ventanilla, pero en el camino falleció. Felipe Carhuajulca Chávez (69), que pasaba, recibió un balazo. Cámaras de video de varios negocios captaron el homicidio. Seis casquillos quedaron en el suelo. (E. Cirilo)



DE CRIMINALES

'Aron' y 'Ñoño' guardaban explosivos

Fueron capturados en Comas dos sujetos encargados de guardar y distribuir explosivos a los delincuentes, que los detonaban en los colegios y negocios que extorsionaban.

Andreu Aníbal Aaron Sánchez (20), 'Aron', y Jhonatan Arias Valenzuela (21), 'Ñoño', cayeron en una casa de la cuadra cinco de la avenida Pedro de la Gasca, asentamiento humano Carmen Medio.

Detectives de la Brigada Especial Contra el Crimen (Brecc) Lima Norte encontraron en la vivienda tres explosivos recubiertos de plástico amarillo con sus accesorios de voladuras. También marihuana, cocaína y pasta básica de cocaína. Para los investigadores, los detenidos serían del aparato logístico de 'Los Injertos del Cono Norte'. (E. Cirilo)



1 PREMIO DE 20,000 SOLES 4 PREMIOS DE 5,000 SOLES 20 PREMIOS DE 1,000 SOLES
1,000 PREMIOS DE 100 SOLES 1,300 PREMIOS DE 50 SOLES



COBRA FACILITO

Los ganadores en Lima de 50 y 100 soles deben acercarse a su canillita más cercano para validar su cartilla. Luego recibirán una citación para acudir a la agencia más cercana y cobrar su dinero.

Para premios de 1000 soles o más deben ir al jirón Paracas 530, Pueblo Libre, los martes y jueves.

LLUVIA DE DINERO

¡REGALAMOS MÁS DE 200 MIL SOLES!

Recorta los cupones todos los días y podrás llenar tus bolsillos

Sigue juntando los cupones de La Mamá Más Trome, la promoción regalona que reparte más de 200 mil soles. ¡Participa con fe porque puedes ganar!

Tenemos premios de 5 mil y hasta 20 mil soles. Imagina lo que podrías regalarle a tu mamita.

CINCO SEMANAS

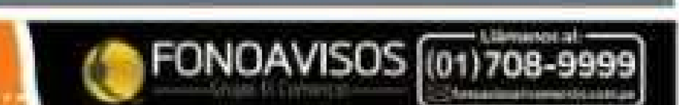
La 'promo' durará cinco semanas y los lunes, con tu periódico, recibe gratis una cartilla. ¡Hay más de 2300 premios!

EJEMPLO: ¡GANASTE S/20,000!

COMPLETA UNA COLUMNA

- **Los lunes, durante** la promoción, recibe una cartilla gratis con Trome.
- **Al ser las cartillas distintas,** mientras más tengas mayores serán tus chances de ganar.
- **Todos los días publicamos** los cupones. De lunes a viernes son seis. Los sábados y domingos son ocho.
- **Ganas si completas** con los cupones una columna de cinco espacios de una de las letras de BINGO.
- **Si llenas los cinco** casilleros de la B te llevas 20 mil soles.
- **Si haces lo mismo con la I** serán tuyos 5 mil soles.
- **Igual será** con las letras N, G y O.

SALUD



CLASIFICADOS
ENCUENTRA ESO QUE BUSCAS Y MÁS

el talán

inmuebles | vehículos | empleos | educación | oportunidades



Casas
104 Venta



COMPRO CASH

CINCO AEROLÍNEAS INTERNACIONALES COMENZARÁN A ATERRIZAR Y DESPEGAR CON UNOS 700 PASAJEROS POR DÍA



DESDE MAÑANA

MARCHA BLANCA EN NUEVO JORGE CHÁVEZ

POR: ISABEL MEDINA

El nuevo Aeropuerto Internacional Jorge Chávez, que se perfila como la 'primera ciudad aeropuerto de Latinoamérica', ya calienta motores. Mañana inicia marcha blanca con cinco aerolíneas internacionales y tendrá ocho a diez vuelos diarios.

La inauguración de operaciones será el 1 de junio.

"Duplicará la capacidad de atención de pasajeros, de 15 a 30 millones anuales", afirmó el ministro Raúl Pérez Reyes.

En esta marcha blanca participan: Aerolíneas Argentinas, Air Europa, Volaris, Arajet y Aero República (Wingo Colombia).

Mañana a las 8 de la noche aterrizará el primer vuelo, desde Buenos Aires, y a las 10:40 despegará otro hacia Argentina. El viernes 16 de mayo habrá vuelos de Madrid, México, Punta Cana, Santo Domingo y Bogotá.

ÚNICO INGRESO

La única vía de ingreso es por la avenida Morales Duárez. "Hemos previsto facilidades para que los terminales de las avenidas Faucett y Morales Duárez estén conectados (en la marcha blanca) para pasajeros con vuelos de conexión o transferencia", indicó Lima Airport Partners (LAP).

Terminal aéreo recibirá 30 millones de viajeros al año y se perfila como primera ciudad aeropuerto

SEPA QUE...

- La Dirección General de Aeronáutica Civil ya otorgó el Certificado de Operación y Servicios Aeroportuarios.
- Unos 700 viajeros de los 70 mil diarios tomarán vuelos en esta primera fase. Aconsejan llegar tres horas antes.
- Habrá restaurantes de Gastón Acurio, Micha Tsumura y otros chefs.
- Desde 00 horas al mediodía del 1 de junio no habrá aterrizaje ni despegue. Unos 245 vuelos se reprogramarían.

AUNQUE CIFRA SE REDUJO

Hay más de un millón de 'ninis' en el país



La población de jóvenes peruanos 'ninis' (ni estudian ni trabajan), con edades entre 15 y 29 años, se redujo de un millón 225 mil a un millón 170 mil, en el 2024, informó el Instituto de Economía y Desarrollo Empresarial (IEDEP) de la Cámara de Comercio de Lima. La cifra no considera a jóvenes desempleados en activa búsqueda laboral.

El grupo de 'ninis' representa el 15,6 % de la población juvenil, pero sigue superando a la que registró en prepandemia.

La mayor concentración de 'ninis' está en Lima con 499,119 jóvenes, seguido de La Libertad, Lambayeque, Piura, Loreto y Arequipa. En cuanto al género, hay más 'ninis' mujeres que hombres (63,2% frente al 36,8 %).

MÁS EMPLEO

Óscar Chávez, jefe del IEDEP, explicó que "la reducción de 'ninis' tiene como factores la recuperación del PBI 2024, el crecimiento de sectores económicos que concentran empleo, como agricultura, comercio y servicios". (I.M.)

DE CHICLAYANOS Y PIURANOS

Fotos con el papa son tendencia en redes



Fotos y videos de peruanos de Chiclayo y Piura, compartiendo con el papa León XIV cuando era obispo y cardenal, se han vuelto tendencia en TikTok, Facebook, Instagram y X (antes Twitter).

Además, Chiclayo se volvió tendencia mundial y su búsqueda asociada al papa creció más de mil porciento en Perú, según Google Trends.

También en X y Facebook, papa León XIV, Robert Prevost y Chiclayo siguen entre búsquedas populares.

De otro lado, el Vaticano informó que el papa abrió cuenta @Pontifex en Instagram. Hasta mediodía de ayer tenía 580 mil seguidores y al cierre de esta edición supera el millón y medio.

SÚPER LLAMADA

Gana platita cada día

Miles de lectores ya pasaron por caja con la Súper Llamada Ganadora y todos los días hay un nuevo afortunado.

Solo inscríbete llamando al **710-0260** o en nuestra web **trome.com**. Puedes hacerlo todos los días y, mientras más lo hagas, tus chances de ganar aumentan.

De lunes a sábado damos 200 soles, y los domingos sale el Reventón semanal de 1500 soles.

AFORTUNADA

Silvia Rodríguez (2006984, de Huarochirí) ganó ayer los 200 soles del sorteo.

EN BANCOS

Trabajadores ya retiran la CTS



Empezaron los retiros de la CTS, y los trabajadores pueden disponer del total en una sola operación o en varias, hasta el 31 de diciembre de 2026. En tanto, para los empleadores, mañana vence el plazo de depósito de ese beneficio correspondiente a noviembre 2024-abril 2025, enfatizó la Cámara de Comercio de Lima. Y si fallece el trabajador, el cónyuge o conviviente acreditado puede recibir la mitad del monto.

Si desea calcular cuánto le corresponde, hay herramienta gratuita en: **https://goo.su/c0QY**.

CONGRESO TENÍA LOS VOTOS PARA SACARLO HOY Y POR ESO PREMIER DECIDIÓ DAR UN PASO AL COSTADO





RAUL PÉREZ-REYES "ECONOMÍA"



CÉSAR SANDOVAL "TRANSPORTES"



CARLOS MALAVER INTERIOR

CRISIS POLÍTICA

ADRIANZÉN RENUNCIÓ Y DINA TAMBALEA

En la tarde, Boluarte nombró a tres nuevos ministros en **Economía, Interior y Transportes**

Ante la evidencia de que iba a ser censurado por el Congreso, el presidente del Consejo de Ministros, Gustavo Adrianzén, presentó ayer su renuncia a la mandataria Dina Boluarte, cuyo gobierno atraviesa sus horas más duras y muchos piden su salida.

"Pensando en los altos intereses de la patria, me asiste hoy el deber de presentar mi renuncia irrevocable al cargo que me honró en otorgar. Sería imposible enumerar los logros alcanzados", dijo.

Fue el colofón de un día intenso en Palacio. En horas de la tarde, la presidenta había tomado juramento a tres nuevos ministros de Estado. Raúl Pérez-Reyes dejó el Ministerio de Transportes y pasó al de Economía y Finanzas, en reemplazo de José Salardi.

En tanto, el general PNP (r) Carlos Alberto Malaver Odias llegó al Ministerio del Interior, relevando en el puesto a Julio Díaz Zulueta a menos de dos meses de su polémico nombramiento tras la censura de su antecesor, Juan Santiváñez.

Finalmente, César Sandoval juró como nuevo titular del MTC.

> "César Sandoval, operador político camaleónico –antes aprista, hoy acuñista–, agresor familiar y partícipe en ilegal deslacrado de oficinas de Fiscalía, es nombrado ministro de Transportes".
>
> **SILVANA ROBLES (Congresista)**

> "No estamos en situación de jugar con cambios tan importantes. No debió irse el ministro Salardi. Siempre habrá cambios, pero no de quien lo estaba haciendo mejor".
>
> **JAIME DUPUY (Director ejecutivo de Comex)**

CUESTIONAMIENTOS

De inmediato empezaron los cuestionamientos. De Carlos Malaver se informó que el lunes 12 se reunió por tres horas con el exministro Juan Santiváñez en su Oficina General de Monitoreo Intergubernamental, lo que supone que este aún tiene gran poder en el Gobierno. Hasta ayer, Malaver era jefe de la Dirección Contra Delitos de Crimen Organizado del Mininter y antes había sido jefe de la Dirección de Inteligencia (Dirin) de la Policía.

En tanto, Sandoval Pozo (que tiene una denuncia por violencia familiar de 2017) está afiliado a Alianza Para el Progreso (APP). Se cree que es la cuota de César Acuña en el gabinete. Ante ello, APP lanzó un comunicado donde señala que no ha autorizado esa designación y que es una medida exclusiva del Ejecutivo. "APP no negocia cargos y Sandoval será sometido a disciplina del partido", indicaron.

También asesoraba al exfiscal de la Nación, Pedro Chávarry, y participó en la sustracción de documentos de oficinas lacradas por el fiscal Domingo Pérez.

SE QUEDÓ SIN APOYOS

Fuerza Popular terminó por tumbar al gabinete

Las cuatro mociones de censura que pendían sobre la cabeza de Gustavo Adrianzén quedaron en nada tras la renuncia de este funcionario. Expertos dicen que la decisión la tomó luego que Fuerza Popular, aliada del Gobierno, anunció que iba a votar por la censura.

Además, las bancadas de Renovación Popular, Acción Popular y Podemos Perú le habían bajado el dedo.



Incluso, el legislador Diego Bazán aseguró que contaban con los 66 votos necesarios para aprobar la medida.

El sucesor de Adrianzén podría ratificar al total de ministros.

CON SALHUANA

Presidenta pide viajar a Ciudad del Vaticano

Fuera de la realidad. El país está en crisis y la presidenta Dina Boluarte pidió permiso al Congreso para viajar al Vaticano y estar en la misa del inicio de pontificado del papa León XIV, el domingo 18 de mayo.

La mandataria resaltó el 'vínculo profundo' del Sumo Pontífice con nuestro país, por lo que considera que los titulares del Congreso, Eduardo Salhuana, y del Poder Judicial, Janet Tello, también deben ir.



Se ausentaría del país del 16 al 19 de mayo de 2025.

POR SALIDA DE SALARDI

Capeco y Confiep protestan

Capeco y la Confiep se mostraron ayer en contra del cambio del ministro de Economía, José Salardi. Guido Valdivia, director ejecutivo de Capeco, afirmó que Salardi garantizaba estabilidad y promovía una alianza de la inversión pública y privada. Jorge Zapata, presidente de la Confiep, lamentó la salida del titular del MEF. "Sobre todo que se haga un cambio en una cartera tan importante como Economía. No sabemos el motivo", señaló.



César Gutiérrez, extitular de Petroperú, dijo que Salardi se fue porque negó apoyo a la petrolera, no quiso perforar la caja fiscal y quería cancelar 14 programas públicos.

EE. UU.

Tom Cruise arriesga la vida por 'Misión imposible'

Tom Cruise (62) filmó en Londres su último truco en el techo del edificio IMAX del Instituto Británico de Cine.

Un video filmado por fanáticos lo muestra haciendo una arriesgada maniobra en lo alto del edificio.

Fue para promocionar el filme 'Misión: Imposible - El ajuste final', que se estrena el 23 de mayo. Cruise se esforzó para impresionar a su novia Ana de Armas.

EE. UU.

Jennifer López grita 'soy libre'

Jennifer López (55) subió una publicación en sus Insta Stories en la que aparecía con un top y una falda de bikini, y diciendo que finalmente se siente 'libre'. La actriz nacida en el Bronx estuvo en República Dominicana, donde pasó el Día de la Madre. Fue tras filmar su última comedia romántica 'Office Romance' con Brett Goldstein, famoso por 'Ted Lasso'. "Estoy libre", lo dijo tras el divorcio de Ben Affleck.

BEN AFFLECK



URUGUAY

Cáncer de esófago se llevó a Pepe Mujica

A los 89 años y víctima de un cáncer de esófago, falleció ayer el expresidente de Uruguay, José Mujica.

En abril del 2024, el exguerrillero tupamaro anunció que le detectaron un tumor y en enero del 2025 que el mal se expandió al hígado. "Me estoy muriendo", señaló.

El anuncio de su muerte fue hecho por el actual presidente de Uruguay, Yamandú Orsi, a través de sus redes sociales. "Presidente, militante, referente y conductor. Te vamos a extrañar mucho, viejo querido", indicó.

TEMPERATURA LLEGÓ A 13 GRADOS EN LIMA Y SEGÚN ESPECIALISTAS SEGUIRÁ BAJANDO

HAY QUE CUIDARSE

A SACAR CHOMPAS QUE EL FRÍO AUMENTA

Resfríos, faringitis, bronquiolitis y otros cuadros respiratorios como la neumonía están aumentando en nuestro país, y muchos empezaron a sacar las chompas y otros abrigos.

El frío no es causante directo, pero la humedad, falta de lavado de manos y poca ventilación propaga virus y bacterias.

Aunque a mediodía hay brillo solar, de noche la temperatura baja a 13 grados en algunos distritos y llegará a 12°C o menos en invierno (inicia el 20 de junio).

"El cambio de temperatura está trayendo aumento de infecciones respiratorias, desde una gripe hasta algo más grave como neumonía. Cada año se registran alrededor de dos millones de casos y ya se observa 'ascenso en la curva epidemiológica'", dijo César Munayco, director del Centro Nacional de Epidemiología, Prevención y Control de Enfermedades (CDC). Los más propensos son los menores de 5 años, adultos mayores o con comorbilidad.

VACUNACIÓN

Pascual Chiarella, neumólogo pediatra y decano de la Facultad de Ciencias de la Salud de la UPC, indicó que son síntomas de alerta: "fiebre más de tres días, dificultad para respirar, sibilancias o pérdida del apetito", y resalta que "la vacunación es clave". Por ejemplo, contra influenza y neumonía, dijo Jene Atanacio, pediatra del Centro Médico de La Positiva.

Alberto Nicho, nutricionista de Ajinomoto del Perú, añadió 'no hay receta milagrosa ni solo un jugo de naranja o sopa caliente activan las defensas, sino la alimentación balanceada diaria y buena hidratación'.



Alertan del incremento de infecciones respiratorias en los últimos días



PIDEN RENUNCIA DE MANDATARIA

Paro nacional contra ola criminal en el país

En medio de una crisis política y para exigir a la presidenta Dina Boluarte que dé un paso al costado por su inoperancia al frente de la lucha contra el hampa organizada, hoy se realiza un paro nacional con la participación del transporte público, mercados y emporios comerciales. Las universidades suspendieron las clases para evitar desmanes. Los colegios también. Julio Campos, vicepresidente de la Alianza Nacional de Transportistas, dijo que participarán bodegueros, comerciantes de Gamarra, universitarios, la CGTP, agricultores y maestros.



HASTA EL LUNES

Cierran el Malecón de la Reserva por obras



Desde ayer hasta el lunes 19 de mayo, el Malecón de la Reserva en Miraflores fue cerrado al tránsito vehicular entre el Centro Comercial Larcomar y el Óvalo de la Bicicleta. Esto se debe a obras de remodelación de pistas y ciclovía que están en curso. Los conductores deben usar la avenida Armendáriz como vía alternativa.

MANEJABA COMBI

Matan a exmiembro de 'Barrio King'



De múltiples balazos, un falso pasajero asesinó a un hombre que conducía una combi de transporte público, cerca del coliseo Amauta, en la avenida Naciones Unidas, Cercado de Lima. El sicario fingió y subió a la camioneta para acribillar a Antonio Alfredo Seminario Icaza, quien murió en el acto. Recientemente salió de un penal donde estuvo preso por integrar 'Barrio King'. (E. Cirilo)

Marco Palma trabajó durante diez años en Maido, donde aprendió sobre la perfección de la cocina nikkei al lado del chef Mitsuharu Tsumura, Micha. En la pandemia hacía humitas con la receta de su abuelita y debido a la demanda continúa con este negocio, pero, además, abrió su restaurante boutique Ototo en Surquillo.

Marco, eres un chef con mucha experiencia. Estuviste en Maido, ¿qué aprendiste de Micha?

Mi paso por Maido fue un viaje de diez años. Aprendí de la comida japonesa, de la cocina nikkei, donde el perfeccionamiento de los detalles es muy importante, pensando siempre en la satisfacción de los clientes como uno de los pilares, sin descuidar los buenos ingredientes.

La cocina peruana crece en el mundo y tiene mayor visibilidad, ¿cómo nos ven desde afuera?

Nos ven con una despensa privilegiada; los cocineros de afuera quisieran tener la cantidad de productos que tenemos aquí. Ellos resaltan la creatividad del cocinero peruano para hacer las cosas. Y los clientes extranjeros me dicen que están encantados con la comida, que se come bien rico y eso atrae a más gente.

¿Qué te motivó a emprender con tu propio restaurante?

El deseo de tener nombre propio, de buscar mi propio camino. Estuve aprendiendo de los mejores lugares y eso se lo recomiendo a los jóvenes. Estoy cosechando recién los diez años que estuve en Maido y ahora siembro para vivir de mi negocio en los siguientes años.

Algunas personas ven a la cocina como algo romántico, bonito, ¿qué tan duro es el trabajo de un cocinero?

Es importante salir de tu zona de confort. Para todo trabajo debe haber un sacrificio y sobre todo la pasión, porque eso nos mueve a ir por nuestros sueños. Dar un buen servicio, atender como se merece el cliente, ofrecer una comida deliciosa, cuando hay pasión, lograrás todo eso.



*OTOTO

'ESTUVE DIEZ AÑOS EN MAIDO Y AHORA BUSCO MI PROPIO CAMINO'

EMPRENDE trome

IG: @katty.gines
Twitter: @ktyGines

FOTOS: JESÚS SAUCEDO

POR: KATTY GINES

RAPIDITA

Tips para preparar un buen cebiche.
Pescado fresco, buen limón y nada más. Se aprecia en la simpleza.



MITSUHARU TSUMURA, 'MICHA'

- Marco Palma lanzó su restaurante boutique, donde atiende por turnos y ofrece la mejor experiencia con el pescado a los clientes
- Recomienda a los emprendedores capacitarse y tener buenos contactos



¿Por qué empezaste con las humitas?

Mi abuela hacía humitas y ella me regaló unas ollas para cocinar. Falleció y en pandemia decidí hacer las humitas en homenaje a ella. He tenido gran acogida, ingresamos a las tiendas de Gran Cajamarca y en aplicativos. De día hago humitas y de noche abro el restaurante.

¿Qué significa Ototo?

Ototo significa hermano menor.

Atiendes con reservas en tu restaurante, ¿por qué?

En Ototo priorizamos el servicio y la atención personalizada. Lo veo como un restaurante boutique, se atiende por turnos, es un tema de comodidad para los clientes sin que haya una cola de cincuenta personas.

¿Cuál es la experiencia que quieres que disfruten tus clientes?

Que disfruten la variedad de pescados frescos y mariscos, como el atún, bonito, trucha, salmón, lenguado, chita, cabrilla, robalo, fortuno, páramo y pejerrey, además de mariscos. Ofrecemos sachimi, cebiche con el pescado que elijan y hacemos nigiris.

¿Qué haces para hacerte más conocido?

Creo que es el boca a boca, la propuesta de atender bien a los clientes y que saboreen pescados bien frescos.

¿Qué deben tener en cuenta los jóvenes cocineros para dirigir un restaurante?

Antes de emprender hay que capacitarse constantemente. En los cursos podrán conocer a más gente y tener buenos contactos.

¿Quién es tu referente en la cocina?

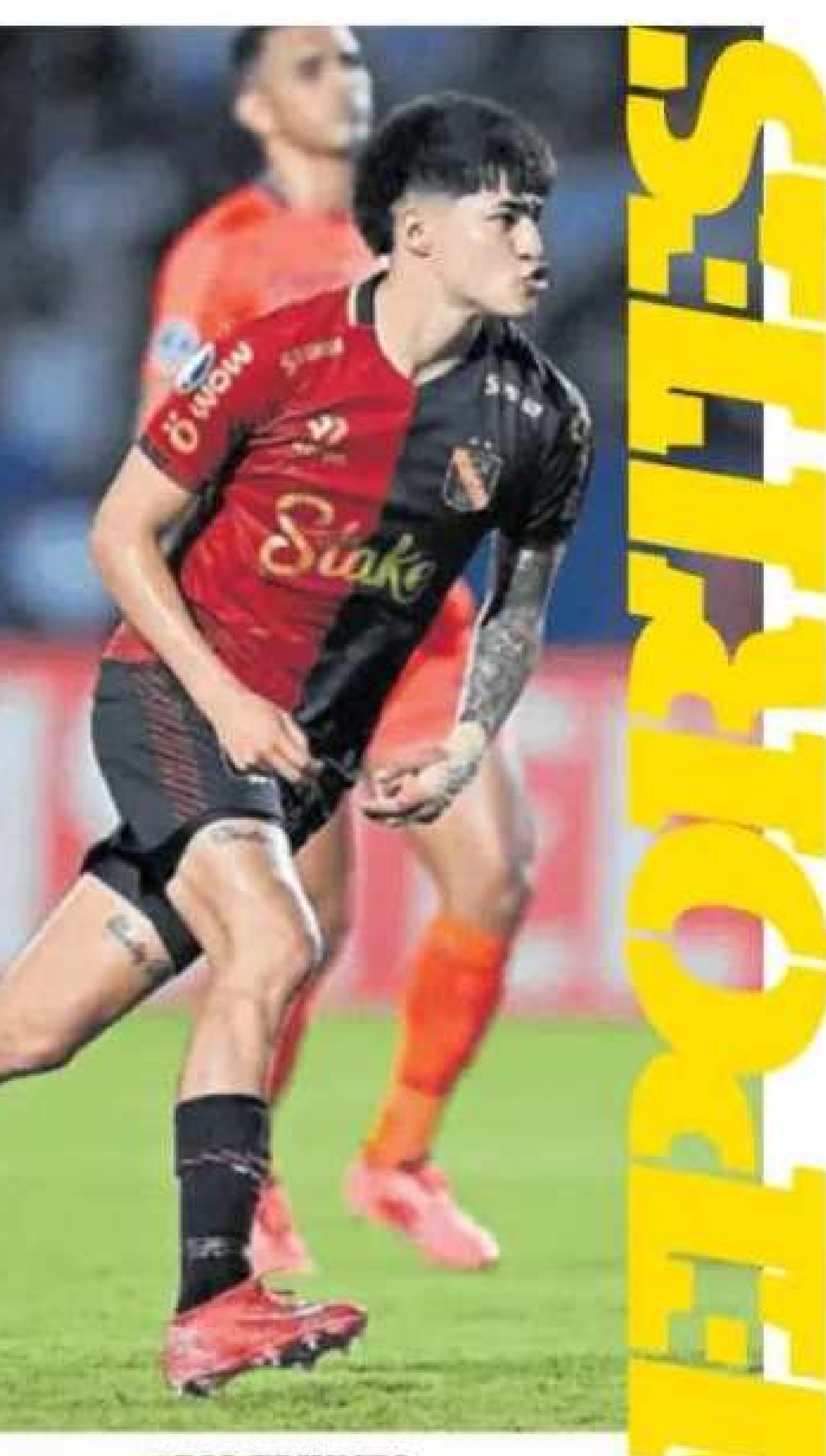
Micha y Gastón.

¿Cuál es el valor de tu marca?

La personalización y la atención boutique.

¿Cuál es un ingrediente que es indispensable en la comida peruana?

El ají.



DIO TRIUNFO A MELGAR EN VENEZUELA

KENYI SE JALÓ EL CABELLO

Carabobo.- Un sueño posible. Melgar (2° con 7) superó 1-0 a Puerto Cabello (4° con 4) y mantiene la chance de quedarse con el segundo lugar del grupo G de la Sudamericana y jugar los playoff con un tercero de la Libertadores. Kenyi Cabrera (50') anotó de penal en un partido que pudo terminar con un marcador más abultado ante la superioridad de los arequipeños. Lanús (1° con 11) aseguró el primer lugar y la clasificación a octavos al ganar 1-0 a Vasco da Gama (3° con 5), que recibirá a los mistianos en la última fecha (27/5).

CRISTAL LUCHÓ, PERO NO LE ALCANZÓ PARA SUPERAR A CERRO PORTEÑO Y QUEDÓ CASI FUERA DE LA LIBERTADORES

NI CON UÑAS Y DIENTES

Cristal se lanzó a la guerra con un cuchillo entre los dientes. Primero lució asustado, luego se desesperó, después atacó con corazón, puso todo el ímpetu en la cancha y terminó sin dientes y sin cuchillo. A pesar de que el pueblo rimense llenó el Estadio Nacional soñando con la posibilidad de acabar con 21 años sin pasar a octavos de la Copa Libertadores, no se pudo. Sporting Cristal cayó 1-0 con Cerro Porteño y solo un milagro lo mantendría en el torneo continental.

La presión por ganar superó a los rimenses, que presentaron un once extraño con Catriel Cabellos como extremo cuando en la banca estaba Maxloren Castro. Lutiger jugó uno de sus peores partidos por la banda izquierda, 'Canchita' Gonzales no es el '10' que debería tener un equipo como Cristal y arriba Cauteruccio volvió a demostrar que solo preocupa en la Liga 1. A los guaraníes les bastó pisar el acelerador los primeros 20 minutos. Rompieron la paridad con una buena jugada donde Juan Iturbe definió de volea (14') y con eso les alcanzó. El resto de Cerro fue defender por arriba, por abajo y fuerte en cada jugada dividida.

En el complemento, Cristal abusó de los centros y los zagueros visitantes despejaron todo lo que llegó a su área. Recién sobre los 73', Autuori mandó a la cancha a Maxloren Castro, pero el juvenil fue superado por somatotipo y experiencia de los rivales. A los 82', Jonathan Torres vio la roja por meterle un codazo a Jhilmar Lora, que terminó sin un diente. Pero ensangrentado siguió jugando. Con uno menos, Cerro puso el candado. Se aglomeró atrás y los celestes mandaron en el campo. En los descuentos, 'Canchita' falló un mano a mano con el arquero Alexis Arias y Diego Enríquez ahogó el segundo de los paraguayos. En la fecha final tocará Palmeiras en Brasil (28/5) y la directiva deberá hacer varios cambios en el plantel si desea competir de verdad.





DATAZOS

CRISTAL solo había perdido en 2003 (3-1) ante Olimpia frente a equipos paraguayos en Lima.

LOS CELESTES son el equipo peruano con más derrotas (115) en la Copa Libertadores, superando a Alianza Lima (114).

CRISTAL nunca le ganó a Cerro Porteño en la Copa, perdió en tres ocasiones y empató tres.

GRUPO G

EQUIPOS	PJ	PG	PP	Pts.
1.- Palmeiras	4	4	0	12
2.- Cerro	5	2	2	7
3.- S. Cristal	5	1	3	4
4.- Bolívar	4	1	3	3

ALINEACIONES

S. CRISTAL 0		CERRO 1	
Enríquez	6	Arias	5
L. Sosa	sp	Benítez	5
Romero	6	Pérez	5
Chávez	4	Velásquez	5
Lutiger	3	Quintana	5
Pretell	4	León	5
Távara	5	Carrizo	5
Gonzales	5	Piris	6
Cabellos	3	Torres	5
Pacheco	4	Iturbe	6
Cauteruccio	4	Domínguez	5
DT: P. Autuori		**DT:** D. Martínez	

ÁRBITRO: Facundo Tello (Arg/bien)

CAMBIOS: J. Lora (5) x L. Sosa, N. Pasquini (5) x Lutiger, J. Alarcón (4) x Cabellos, I. Avila (5) x Chávez, M. Castro (3) x Pacheco **(SC).** B. Valdez (4) x Iturbe, G. Aguayo (4) x Carrizo, S. Araujo (4) x Domínguez, J. Morel (sp) x León **(CP).**



POR: EL BOMBARDERO

DEL SAQUE somos carnecita... **LA FIRME QUE ALGUNOS MUCHACHOS** salen tarde a la calle. Me cuentan que un zurdo al que una cubana lo echó de tener una aldea de 'pitufos' en los pies ya no se regala y cuando va a trampear ya no escribe desde su cuenta. Ahora le dice a su 'causa' que las contacte por redes sociales y les ofrezca regalitos. Lo curioso es que el alcahuete es un patita que le gustan los varones y se ha hecho muy amigo con el pelotero y a veces se queda a dormir en su 'depa'. Huuuuummm... **ME DATEAN QUE A UN ARQUERO GRANDAZO** y que tiene futuro le propusieron volver al final de la avenida Javier Prado, pero no atracó. A sus causas les dijo que el viejito renegón juega con nombres y nunca lo iba a sentar a su paisano que a veces hace la del Chavo. Así es... **LA VERÍDICA QUE LA 'MUÑECA'** agarra un fierro caliente en la Videna. En los últimos torneos de menores nos han metido como cuarenta goles y terminamos en el sótano diez por el mal trabajo de los clubes y la Federación. Estamos en la lona... **ME CUENTAN QUE LOS VECINOS DEL BARRIO DE ALCANFORES** en Miraflores están felices, porque ya pueden dormir sin que nadie les haga bulla. Todo porque un pelotero ecuatoriano que jugaba en un club grande, al que llamaban 'Porto', ya se fue a su país. Aseguran que el zambito era especialista en armar encerronas, todas las noches traía amiguitas nuevas y ponía música a todo volumen. Qué feo... Me voy, soy fuga.

A CORTAR RABO Y OREJA

U OBLIGADO A GANAR

A CUADRO 'TORERO' PARA RECONCILIARSE CON HINCHAS Y SEGUIR CON VIDA EN LA COPA

Cuando hay preocupación y necesidad de ganar surge la unión. En medio de arengas y gritos de guerra, Universitario (4° con 4) llena su alma de coraje para recibir hoy a Barcelona de Guayaquil (3° con 4) y soñar con pasar a octavos de la Copa Libertadores (9:00 p.m./ESPN).

El duelo viene cargado de mucha presión, luego de que en el último encuentro ante Alianza Atlético un grupo de hinchas insultó a los jugadores sin respetar que estaban las familias cerca. Todo eso ha creado un clima de mucha ansiedad. Para calmar los ánimos, el técnico Jorge Fossati habría decidido dejar de lado los experimentos y ubicar en el ataque a Edison Flores y Alex Valera, mientras que el chileno Rodrigo Ureña, que se enfrentó a los barristas, también fue confirmado. La única duda es mantener a Aldo Corzo o enviar en su lugar a César Inga.

La expectativa en el cuadro 'Torero' será ver con qué traje se presentará el entrenador Segundo Castillo, quien últimamente ha lucido llamativos ternos en los partidos, sobre todo, de Copa Libertadores. En ofensiva estará la dupla uruguaya Octavio Rivero y Joaquín Valiente. Ambos necesitan ganar y la angustia está dentro de cada uno de los protagonistas.



DATAZO

HASTA ahora se han vendido 42 mil entradas de las 50 mil que se pusieron a la venta para el duelo de hoy.

> **"Mi enojo con los hinchas no fue por los insultos, fue por lo que le hicieron pasar a mi familia".**
> Rodrigo Ureña



SALAS PRIMER CANDIDATO A DIRIGIR A SPORT BOYS

CEBICHICHO EN EL CALLAO

Movidas en el Callao. El argentino Cristian Paulucci ya no es más técnico de Sport Boys y los administradores empiezan a buscar un reemplazo. Desean que sea un hombre bastante trabajador y hasta obsesivo como el técnico saliente. El primer candidato es Guillermo Salas, que fue campeón con Alianza Lima y también dirigió a César Vallejo. 'Chicho' no es el único nombre, pues un sector de la directiva prefiere a Mariano Soso, aunque por ahora con menos posibilidades en la lista. Los rosados siguen deshojando margaritas.



MANUEL BARRETO DIRIGIRÁ UNIDAD TÉCNICA DE MENORES EN FEDERACIÓN



CHIBOLOS JUGARÁN CON MUÑECA

Ayer vestía de crema, ahora lo hará de rojo y blanco. Manuel Barreto fue presentado oficialmente como nuevo director deportivo de la Unidad Técnica de Menores de la Federación. El exgerente de la 'U' expresó su emoción por el nuevo cargo. "Tener esta responsabilidad es un honor y una emoción máxima. Mi vínculo es a largo plazo, entendemos que todo proyecto requiere tiempo. Si tengo que encargarme alguna vez de una selección, lo haré", comentó la 'Muñeca'. El presidente de la FPF, Agustín Lozano, anunció que los clubes de las Ligas 1 y 2 tendrán la obligación de destinar presupuesto por derechos de televisión al trabajo con los menores.

CHAVOS DEL 8



'PIPO' GOROSITO Y FRANCO NAVARRO FUERON CASTIGADOS CON OCHO FECHAS Y ALIANZA JUGARÁ UN PARTIDO A PUERTAS CERRADAS



Crimen y castigo. Pasaron once días del partido entre Alianza Lima y Cienciano y la Comisión de Justicia de la Federación dio a conocer duras sanciones para los que fueron expulsados en ese encuentro. El técnico Néstor Gorosito, que se metió a la cancha haciéndole gestos al árbitro Bruno Pérez, fue castigado con ocho fechas y una multa de ocho mil soles.

El director deportivo blanquiazul Franco Navarro tampoco se salvó y también recibió ocho jornadas y 10,700 soles de multa. En el caso de los jugadores que vieron la roja, a Paolo Guerrero se le aumentó una fecha y no podrá jugar ante Alianza Universidad, mientras que a Carlos Zambrano se le ratificó una fecha que ya cumplió en el partido ante Grau.

Por el comportamiento que tuvieron los hinchas con los árbitros y rivales, Alianza jugará el próximo partido a puertas cerradas. De otro lado, el plantel arribó ayer a Córdoba para su duelo copero de mañana ante Talleres.

"Para el duelo ante Talleres nos hemos preparado muy bien, con mucha calma y muy mentalizados en sacar un buen resultado".

Paolo Guerrero

"El grupo es el mismo de comienzo de año, no nos podemos olvidar de jugar al fútbol".

Hernán Barcos

DATAZOS

- **EL JUVENIL** Piero Cari sería titular en la volante ante la lesión de Pablo Lavandeira.
- **ERICK** Noriega viene siendo observado por agentes del Sao Paulo de Brasil.
- **GIANLUCA** Lapadula actuó hasta los 67' con Spezia, que goleó 3-1 a Cozensa Calcio y disputará los playoff de ascenso a la Serie A en Italia.
- **LEGANÉS** (18° con 34), con Renato Tapia, está obligado a ganarle hoy de visita a Villarreal para salir de zona de descenso en España (12:00 m).

GRAU VISITA A LUQUEÑO EN SUDAMERICANA

DEFIENDEN SU PATRIMONIO



Asunción.- La lucha por el honor. Atlético Grau (3° con 2) buscará demostrar que su plantel valorizado en 29.96 millones de soles puede vencer de visita a Sportivo Luqueño (4° con 1), que vale 22.86 millones (5:00 p.m./ESPN 3). Ambos ya están eliminados en el grupo D de la Sudamericana, tras el empate 1-1 de ayer entre Gremio (2° con 9) y Godoy Cruz (1° con 11), pero desean un triunfo para no ser coleros. Neri Bandiera y Tomás Sandoval serán la dupla de gol en el 'Patrimonio de Piura'.

¡QUÉ LOCURA POR D10S!

HINCHAS LLEGARON A CONCENTRACIÓN DE MESSI, QUE TUVO QUE SALIR A SALUDAR ANTE TANTO ALBOROTO EN LA CALLE





San José.- La 'Messimanía' se desató en California. Un hecho sin precedentes se vive en la ciudad con la presencia de Lionel Messi, que llegó con Inter Miami para enfrentar al San José Earthquakes por la MLS (9:30 p.m./Apple TV).

Hinchas, curiosos, periodistas y hasta vecinos alborotaron la concentración de las 'Garzas' para ver al astro argentino. La Policía tuvo que cerrar las calles aledañas al hotel para contener a los aficionados. Fue tanta la euforia de la gente que coreó el nombre de Leo, que salió por el balcón de su habitación a saludar a los fanáticos.

Las 18 mil localidades del PayPal para el encuentro se agotaron hace varias semanas y la más barata está valorizada en 300 dólares, que supera lo que cuestan las entradas de los playoff de la NBA.

La fundación del Inter Miami pidió al rosarino elegir su mejor gol para que luego el escultor Refik Anadol lo represente. Su creación se revelará al mundo el 11 de junio en Nueva York y será subastada en la casa Christie's con la firma de Messi y el artista. Todo lo recaudado será destinado a obras sociales y se espera alcanzar varios millones.

DATAZOS

MANCHESTER City presentó su camiseta para la próxima temporada y Jack Grealish dejaría el club.

EL SANTIAGO Bernabéu será escenario de un partido de la NFL entre Washington Commanders y Miami Dolphins el 16 de noviembre.



BEATLE EN IBIZA

El entrenador del Liverpool, Arne Slot, celebró la obtención de la Premier League en un club de la paradisíaca Ibiza. El DT de los 'Beatles' aparece en un video, mientras suena como música de fondo el conocido tema 'We Are the Champions', de Queen, y se aprecian carteles de Champions ondeando a su alrededor.



ELECCIÓN EN ROMA

Por un lugar en la Europa League. AC Milan y Bologna disputarán hoy, en el Olímpico de Roma, la final de la Copa Italia (2:00 p.m./DTV). En el reciente partido por la Serie A, el triunfo fue para los 'rossoneros' (3-1), que no ganan el torneo hace 22 años. Bologna no alza esta copa desde 1974, su último gran trofeo.

Madrid.- En la víspera del encuentro de hoy (2:30 p.m./ESPN) entre Real Madrid (2° con 75) y Mallorca (9° con 47), el brasileño Rodrygo adujo un problema muscular y abandonó el entrenamiento sumándose a las diez bajas que tendrá Carlo Ancelotti, entre suspendidos y lesionados. Según medios locales, el brasileño podría irse al Barcelona cansado de las pocas oportunidades en la 'Casa Blanca'.

Si los 'merengues' no ganan, 'Barza' será automáticamente campeón de la Liga española. De lo contrario, los 'culés' deberán esperar a mañana ante Espanyol para ver si dan la vuelta olímpica.



BRASILEÑO DEJARÍA REAL MADRID POR BARCELONA

NO JUDAS, RODRYGO

CRISTIANO JR. DEBUTÓ CON PORTUGAL Y ABUELA LO ALENTÓ

BICHITO EN LA SANGRE

Cristiano Ronaldo tiene asegurado que su nombre seguirá sonando en el fútbol. Su hijo Cristiano Jr debutó con la selección portuguesa Sub-15 en la goleada 4-1 sobre Japón en el torneo internacional Vlatko Markovic, que se disputa en Croacia. El 'Bichito', de 14 años, ingresó a los 53', lució la número 7 como su padre y se ubicó en la banda. El menor, que pudo elegir representar a Estados Unidos, Cabo Verde, España e Inglaterra, fue alentado desde la tribuna por su abuela. "Felicidades por tu debut en Portugal, hijo. ¡Muy orgulloso de ti!", publicó el astro de Al-Nassr.



Cuenta que estuvo en saliditas con la 'Carlota' y que la recogía en su casa de **Villa El Salvador**

La Pánfila:

Subí a la sartén de Vílchez

La actriz cómica María Victoria Santana, La Pánfila, contó en 'Café con la Chévez' que estuvo en saliditas con Carlos Vílchez y que subió a la 'sartén', pues en varias ocasiones la recogió en su casa de Villa El Salvador. Además, que un productor de Panamericana Televisión le propuso ponerle un departamento.

"Mi pasado oscuro. Carlitos, tan lindo, yo en esa época imitaba a Laura Huarcayo, iba a 'Lima limón' y ahí conocí a Carlos. Lo admiraba, trabajaba con él y salimos un par de veces. Nada importante en realidad, hasta ahora somos patas.

¿Subiste a la sartén [carro]?

¿Quién no se ha subido a la sartén? No me siento importante por ello, hay un montón de incautas que nos subimos a la sartén.

Esa sartén era de color rojo...

Linda, se abría como los Transformers y aparte él es un caballero, hasta ahora es un caballero.

¿Iba hasta tu casa en Villa El Salvador?

Sí, sí.

¿Y por qué no prosperó?

Me cambié de canal.

¿Solo por eso?

Empezó a haber como un vínculo, porque trabajábamos juntos. Entonces me fui al 5 cuando Mauricio Diez Canseco hizo el programa 'Astros del humor'. Pero solo estábamos conociéndonos.

¿Salientes?

Como cortejándome. Supongo que llegó alguien más fácil...

¿Alguna vez te han hecho una propuesta indecente?

Alguna vez un productor me ha insinuado, pero no así tan directo. Me ha dicho 'no agarras la onda'.

¿En canal 5?

Sí, como yo vivía lejos me dijo 'te pongo un departamento acá, para que estés más cerca'.

Ah, creo que su nombre empieza con M y su apellido con A...

Ajá. Yo había firmado un contrato por un año. También era bien cojudita, chibola. El carro siempre me recogía para ir a grabar y había como que una tentación. Oye esto, lo otro, un coqueteo y yo no me daba cuenta. Hasta que un día me dijeron 'no le agarras la onda, vete' y me botaron por no agarrarle la onda.

¿El programa era 'Enemigos públicos'?

No me acuerdo, 'La batería', creo...

Además, que un productor de *Panamericana* le propuso ponerle *un departamento*

fiesta



Sofía:

Tengo cuero de chancho

Sofía Franco comentó que está viviendo otro momento de su vida y no hace caso a las críticas de Magaly Medina, por llevar una relación cordial con Álvaro Paz de la Barra, a quien denunció por supuesto maltrato físico.

"Ya estoy curtida, tengo cuero de chancho ante las críticas. Creo en la resiliencia, en voltear la página", dijo en la presentación de 'El gran chef famosos: extremo'.

¿Piensas tener nueva pareja?

La verdad que ando enfocada en mis cosas que no hay tiempo para eso.

[C.Ch.]

Por críticas que Magaly le hace por su relación con Álvaro



Yiddá

marca distancia con Pamela López

Yiddá Eslava, quien participa en 'El gran chef famosos', contó que va a cumplir un año y medio de relación con Ángel Fernández, pero aún no lo ha presentado a sus hijos.

"Estamos bien, tenemos cerca de año y medio. Todavía no conoce a mis hijos. Están chiquitos", dijo.

¿Cuidas su salud emocional?

Sí, muchos se emocionan y apenas terminan su relación empiezan otra y presentan a los niños a la nueva pareja.

Como pasa con Pamela López y Paul Michael...

No la voy a criticar. Ella sabe lo que siente y lo que hace, respeto eso. Yo no lo haría, yo cuido a mis hijos.

[C. Chévez]

Aún no le presenta a sus hijos a su pareja Ángel Fernández



Karen:

Pato está descontrolado

Karen Dejo señaló que Patricio Parodi se encuentra 'descontroladísimo', luego de ver su ampay junto a la actriz Lucía Oxenford.

"El 'Pato' está descontrolado, ja, ja. La Oxenford también es una de aquellas, la conozco, es muy divertida. Ambos están solteros, hubo 'química' y todo fluyó. Son chicos jóvenes, han surgido sus miraditas por aquí, por allá... que disfruten, que se compenetren, todo bien", dijo la popular 'Sabrosura'.

Sin embargo, no cree que esa relación pueda llegar a otro nivel.

"Lo veo bien difícil que se concrete algo entre ellos, creo que eso puede ser un choque de chispas, ja, ja. Ambos están solteros y pueden divertirse cuantas veces quieran, siempre y cuando no le hagan daño a nadie, no hacen nada malo ni incorrecto", afirmó.



Tras ampay con Lucía Oxenford



Paul Michael mudo por Paco

No hace caso a críticas de Bazán

El cantante Paul Michael restó importancia a los comentarios de Paco Bazán, quien al verlo jugar con los hijos de Christian Cueva lo calificó de 'pisapaja'.

Tras esto, Paul Michael respondió: "Que hablen mientras puedan, nosotros estamos felices y no nos metemos con nadie. Quizás él (Paco) está celoso, ja, ja. Espero que sea feliz, yo ando en lo mío, nadie me hace perder el enfoque". (J. Lino)



Florcita devolverá el dinero



Por no ir a animación en sauna

Susy Díaz señaló que Florcita Polo devolverá el dinero que recibió como adelanto para una animación en un sauna y que no pudo acudir porque aún se encuentra afectada por las extorsiones que recibió.

"Flor va a devolver el dinero, yo hablé con la dueña y no hay problema. Es que ahora no quiere exponerse por las extorsiones. Por ahora se ha mudado a un lugar seguro", dijo Susy.

Onelia: Voy a las discotecas a trabajar

Aclara que a ella la ven en esos locales por chamba**, a diferencia de **Mario Irivarren**, y dice **'soy la soltera del 2025'

Onelia Molina se distanció más de Mario Irivarren, al afirmar que ella acude a las discotecas para trabajar; a diferencia de su expareja, quien ha sido captado con amigos en diversos locales nocturnos.

Asimismo, señala que no le molesta lo que pueda hacer Irivarren, pues es un chico 'joven'.

"Está muy bien (que Mario salga), aún es joven, así que puede salir a divertirse", expresó Onelia, al ver las imágenes de su expareja en diferentes discotecas durante el fin de semana.

Luego, para diferenciarse de Mario, fue enfática en aclarar que ella también sale pero a trabajar.

"Yo salgo a trabajar. Salgo todos los jueves y sábados a trabajar, Mario lo sabe. Él puede ser testigo de que salgo a trabajar. Además, siempre me van a seguir viendo, no hay nada malo", indicó la combatiente.

Además, Onelia dijo que las hermanas de Said Palao son sus amigas desde hace varios años y que no busca incomodar a Alejandra Baigorria, al lucirse juntas el último fin de semana.

"No busco nada, la gente que me sigue sabe bien que salgo a trabajar, seguiré siendo la misma persona, a ellas las quiero un montón... ahora soy la nueva soltera del 2025", añadió la arequipeña.

Recordemos que Mario Irivarren y Onelia Molina pusieron fin a su relación hace unos días, tras las desafortunadas palabras del chico reality en la boda de Alejandra Baigorria, al manifestar que al día siguiente iba a llamar a Vania Bludau.

¡AMPAY!

HOLA, MI BARRUNTO. Llego embaladita para contarles las últimas de Chollywood... Las redes sociales han explotado afirmando que **HUGO GARCÍA** habría iniciado un romance con la modelo venezolana **ISABELLA LADERA**, quien fue pareja del reguetonero **BEÉLE**, pues estuvieron juntos en Miami. Ayayayy... La 'Faraona' le recordó al músico **GEORGE NÚÑEZ** que si no ha podido ser un buen padre entonces que sea un buen abuelo, y no descarta en el futuro poder compartir juntos



con su nieto. Hummm... El tiktoker de moda, **VALENTINO**, cumple 20 años y ha anunciado que hará una fiesta para 300 invitados. Felicidades... **MARÍA ROSA RIVADENEYRA**, madre de **SHEYLA ROJAS**, aclaró que su hija no se encuentra embarazada y que había dicho que la familia va a crecer pues su perrita estaba preñada. Además, que el popular **'SIR WINSTON'** engríe mucho a su hija y que está pendiente de **ANTOÑITO**. Buena... La folclórica **YARITA LIZETH** confirmó que se encuentra separada y ahora está solterita. Bueno, soy fuga porque mi amorcito aún cree en el fútbol peruano y jugaremos toda la noche. Suuuaaaveee...

Cree que la esposa de cantante asesinado está mal asesorada porque **exige montos de dinero exorbitantes** a Armonía 10

Leslie triste por el 'Russo'

La rubia Leslie Shaw comentó que la viuda del cantante Paul Flores, Carolina Jaramillo, estaría siendo mal asesorada por exigir montos exorbitantes como indemnización a la orquesta Armonía 10. Asimismo, señaló que el recordado 'Russo' no estaría contento con todo lo que viene sucediendo; pues como todos los cantantes le gustaría que su música perdure en el tiempo y tenga homenajes.

"Me da mucha pena, es doloroso todo lo que viene pasando por temas de dinero. Eso no le hace bien a los deudos y familiares del 'Russo' ni a la orquesta. Ella (Carolina) es una buena chica, pero creo que está siendo mal asesorada. Tengo entendido que Armonía 10 es una familia y siempre han estado preocupados por ellos. Además, a todos nos gustaría que nuestra música perdure, que nos hagan homenajes y todo eso no creo que tenga contento al 'Russo'", afirmó Leslie.

Hace unas semanas, la rubia estuvo en Europa compartiendo escenario con la agrupación piurana.

"Ha sido muy fuerte haber hecho esos shows en Europa sin Paul, él era quien más chacoteaba, le ponía la chispa. Todos aún seguimos tristes porque hemos perdido un hermano, no de sangre pero sí de la vida", agregó.

Por otro lado, indicó que iniciará una demanda contra varios cantantes bolivianos porque han grabado e interpretan su canción 'Hay niveles', sin haberle pedido permiso ni pagar las regalías correspondientes.

Leslie Shaw participará en el festival All Music Fest 3, junto a artistas com Steve Aoki, María Becerra, Jhay Cortez y otros.

Álvaro niega ataques a Thamara



El cómico Álvaro Aurora negó ser el responsable de los ataques contra su expareja, Thamara Gómez, desde una página que lleva su nombre.

"Esa página no es mía, están usando mi nombre. Aún no sé quién es el responsable, estoy averiguando. Eso me está perjudicando porque algunas personas creen que soy yo. La gente es muy desinformada o solo se deja llevar por chismes y cree lo primero que ve", explicó Álvaro. (J.L.)

Dice que usan su nombre para perjudicarlo

Julián se corre del sillón rojo



Dice que no iría a 'El valor de la verdad' porque es 'mucho morbo'

Julián Legaspi señaló que, a diferencia de Renato Rossini, no iría a 'El valor de la verdad', porque siente que es un programa que no le suma al país.

Julián, ¿irías a 'El valor de la verdad' como lo hizo Renato?

No, porque se tocan temas que invaden tu privacidad. Ese tipo de programas no le suman al Perú, es mucho morbo. Ahora estoy en 'El gran chef famosos', donde diré 'que empiece la cocina'. (C. Chévez)

Claudia contenta con Manolo



Grabaron cumbia 'Lejos de ti' y se hizo viral

La cantante Claudia Serpa comentó que está sorprendida con el respaldo del público por la versión de 'Lejos de ti', que grabó con Manolo Rojas, que se ha viralizado en las redes sociales.

"Al público le ha gustado la versión en cumbia que hemos lanzado con Manolo Rojas de 'Lejos de ti' de Gian Marco, pues es muy fresca y tiene una fusión andina muy alegre. La cumbia siempre me ha gustado, es parte de mi esencia. Me he criado en Barrios Altos, donde escuché música criolla, salsa y mucha cumbia", señaló. (E.C.)

familia bienestar

Flor de jamaica

La flor de jamaica ofrece múltiples beneficios para la salud, entre ellos ayuda a aliviar problemas estomacales y puede ser muy útil para controlar la indigestión.



Medicamentos

Los medicamentos deben conservarse a una temperatura ambiente de entre 20 y 25 °C. Guardarlos en un cuarto húmedo como el baño puede reducir su eficacia.



Bandas elásticas

El uso de bandas elásticas en cualquier rutina de ejercicios es ideal para fortalecer el cuerpo (trabaja varios grupos musculares), tonificarlo e inclusive para recuperarlo de una lesión.

ALIMENTACIÓN DEBE FORTALECER EL SISTEMA INMUNOLÓGICO



Qué comer cuando se tiene cáncer

POR: PAULA LLERENA

Si tiene cáncer, tal vez haya veces en que se sienta muy débil, sin mucha energía y no pueda comer. Quizá se deba al cáncer mismo o al tratamiento (quimioterapia o radiación), que dificulta una buena absorción de nutrientes y lo lleva a la saciedad al primer bocado o a perder el apetito.

La alimentación debe estar dirigida a potenciar el sistema inmunológico para que combata la multiplicación de células cancerígenas.

El nutriólogo Gerardo Bouroncle recomienda consumir alimentos que contengan vitaminas y minerales, así como grasas saludables y proteínas de buena calidad, de origen animal y vegetal. Las frutas, hortalizas y verduras son la mayor fuente de estos nutrientes y deben ser incluidas en las tres comidas. El aceite de oliva es la única grasa que sirve en una dieta para pacientes en tratamiento. También tenemos los cereales integrales, que mejoran el tránsito intestinal y ayudan a la eliminación de sustancias tóxicas.

Las legumbres, como frejoles, lentejas, garbanzos y guisantes, tienen una gran carga de hierro, magnesio y zinc.

¿Y LAS CARNES?

La carne no es cancerígena, como algunos dicen; las proteínas de origen animal son importantes para mantener la integridad celular; sin embargo, el consumo se disminuye durante la quimio. Al terminar, debe consumirse de igual forma que los lácteos y los huevos, que contribuyen a una alimentación más alcalina.

RECUERDE QUE PARA COMBATIR A LA ENFERMEDAD NECESITA ENERGÍA

SABÍAS QUE...

Es indispensable tomar agua pura, los dos litros como base de un buen funcionamiento orgánico. Limite el consumo de bebidas azucaradas.

PADRES E HIJOS

Juliana Sequera
Psicóloga clínica T.P. 198493

REÍR TAMBIÉN CURA

Reír no solo es un acto de alegría: es una herramienta terapéutica poderosa. Desde la psicología clínica y el bienestar emocional, se ha demostrado que la risa reduce el cortisol (hormona del estrés), libera endorfinas, mejora el estado de ánimo y fortalece el sistema inmunológico. Además, favorece la conexión social, reduce la percepción del dolor y mejora funciones cognitivas como la atención y la memoria. En terapia, el humor puede abrir puertas que la resistencia emocional cierra. Reír, incluso en medio de la adversidad, no significa negar lo que duele, sino darle espacio a lo que también sana. La risa oxigena el alma, equilibra las emociones y nos recuerda que, aun en los días más grises, hay algo de luz. Cultivar el sentido del humor, rodearnos de personas que nos hagan bien y permitirnos momentos de juego y espontaneidad es un acto de amor propio, porque la salud mental también se construye a carcajadas. ¡Ahora que conoces estos beneficios, es hora de reír! Conecta con aquellos que te hacen sonreír siempre.

@julianasequera en Instagram

LA RECETA DE HOY

Por: Doña Marmita

Galletas de la fortuna

INGREDIENTES

- 1 taza de harina
- 2 cdas. de maicena
- 1/2 taza de azúcar
- 1/2 taza de aceite
- 4 huevos y 1 cdta. de sal
- 2 cdtas. de vainilla
- Tiritas de papel

PREPARACIÓN

- Escribir buenos deseos en cada papelito. Mezclar harina, maicena, azúcar, sal, aceite y huevos. Batir y lograr una pasta suave. Agregar vainilla y batir. Poner cucharadas de la mezcla sobre una bandeja engrasada. Extender y aplanar la mezcla hasta formar círculos de 10 cm de diámetro. No gruesa. Hornear 8-10 minutos a 200 °C con el precalentado. Cuando estén hechas, apagar el horno y despegar una galleta (dejar el resto adentro) con una espátula lisa y colocar un papelito en el centro. Doblar la galleta por la mitad y otra vez por la mitad (ver foto). Que no se enfríe la masa, sino se quiebra. Repetir este paso con cada una de las galletas.



'ES UN ERROR CONSUMIR MENESTRAS SIN VITAMINA C'

→LOURDES LAZO

Algunos hábitos alimenticios pueden frenar la absorción de hierro, incluso si se sigue un tratamiento, advierte la experta

POR: MARITZA LLANOS

Aunque muchas personas con anemia reciben tratamiento, en algunos casos la hemoglobina no sube como se espera. ¿Qué están haciendo mal? La magíster en Nutrición Lourdes Lazo explica los errores más frecuentes que impiden una buena recuperación.

¿Por qué algunos no logran subir su hemoglobina?

Muchos piensan que comen bien, pero no han recibido una pauta específica de un nutricionista, y eso marca la diferencia. Además, el tratamiento debe ser integral: nutricional, médico y, en algunos casos, ginecológico.

¿Cuáles son los errores más frecuentes?

Uno de los principales errores es consumir menestras sin una fuente de vitamina C. Las menestras tienen hierro de origen vegetal, pero su absorción es baja si no se combina con alimentos ricos en esta vitamina. Por ejemplo, lentejas con pimiento, una ensalada con brócoli o simplemente unas gotas de limón ayudan muchísimo.

Es importante el consumo de menestras...

Sí, hoy sabemos que las menestras son excelentes fuentes de hierro y proteína vegetal. Se recomienda consumirlas entre tres y cuatro veces por semana, variando entre lentejas, garbanzos, frejoles...



NUTRICIONISTA LOURDES LAZO

¿Hay alimentos que inhiben la absorción del hierro?

Claro, por ejemplo, el té, el café, el chocolate y los lácteos interfieren si se toman junto con la comida.

Entonces, ¿no los consumimos?

No es eso, solo hay que separar su consumo por lo menos dos horas del almuerzo o cena. Si vas a tomar café o té, que sea lejos de la comida principal. Si no, por más que comas bien, no absorberás el hierro correctamente.

¿Qué más podemos hacer para superar la anemia?

Consumir alimentos con vitamina B12 y ácido fólico porque estos son esenciales para la formación de glóbulos rojos. Si no hay una buena ingesta de estas vitaminas, la persona puede tener anemia aunque consuma suficiente hierro.

¿Dónde las encontramos?

La vitamina B12 está en alimentos de origen animal como el huevo. Los veganos deben suplementarla sí o sí, porque no la obtienen de su dieta. El ácido fólico está en verduras de hoja verde, menestras y frutas cítricas.

¿En cuánto tiempo se puede recuperar una persona con anemia?

Depende de cada caso, pero por lo general el proceso dura entre tres y seis meses. La clave es ser paciente, seguir las indicaciones y tener seguimiento profesional.

+Atención

- La inadecuada alimentación no es la única causante de la anemia, también son las menstruaciones abundantes, úlceras, sangrados internos o enfermedades gastrointestinales.
- Los niveles normales de hemoglobina en la sangre no deben ser menor a 12 g/dL en mujeres, y en varones, no menor a 13 g/dL.
- Es importante hacerse chequeos regulares, porque muchas veces la anemia no presenta los síntomas tradicionales, como fatiga, debilidad, palidez, entre otros.



AGRADECIMIENTO: Instagram @lulanutricionista

trome ESCOLAR

→ PRÓCER DE LA INDEPENDENCIA NO SERÍA COMO NOS ENSEÑARON

¿CÓMO ERA EL ROSTRO DE TÚPAC AMARU II?

José Gabriel Condorcanqui Noguera, conocido como Túpac Amaru II, prócer de la independencia del Perú que se rebeló contra la Corona española, es uno de los personajes que los peruanos recuerdan con orgullo.

Ejecutado por los españoles en Cusco, el 18 de mayo de 1781, su imagen perdura hasta hoy como símbolo del valor y la fortaleza.

Al no existir fotos entonces, solo nos han llegado cuadros y dibujos que responden a la imaginación.

Tenemos el lienzo de Mario Salazar, de 1974, que está en el salón Túpac Amaru de Palacio de Gobierno; y de 1969 la imagen iconográfica de Jesús Ruiz Durand –logo del gobierno de Juan Velasco Alvarado– con sombras de rostro y un sombrero parecido al de las brujas de Salem que nunca usó.

Otro producto de la imaginación es un dibujo en el libro 'Historia del Perú' de Carlos Wiesse, de finales del siglo XIX.

Entre las imágenes más cercanas a la realidad, incluido el rostro del prócer, está la de un cuadro del cusqueño Tadeo Escalante (1802-1840), con Túpac Amaru II a caballo que lleva sombrero de ala ancha.

Develada en 2015, la imagen más antigua que se conoce hasta hoy del rebelde indígena es la de un autor anónimo de inicios del siglo XIX, en el Alto Perú, hoy Argentina: sobre un caballo blanco, espada desenvainada, y con corona inca.

Cuadro del pintor cusqueño Tadeo Escalante (1802-1840)

✖ IMÁGENES DE LIBROS Y CUADROS NADA TENDRÍAN QUE VER **CON LA REALIDAD**



Acuarela 'El Rebelde Tupac Amaro' (pintado entre 1781 y 1800). Anónimo. Colección particular, Argentina.

curiosidades

LA HERENCIA DE SHAKESPEARE A SU ESPOSA

Cuando William Shakespeare murió, en abril de 1616, era un hombre muy rico. Amasó una gran fortuna durante su brillante carrera.

Su testamento se redactó un mes antes, y proveyó generosamente a sus hijos y a otros miembros de su familia. La que no tuvo tanta suerte fue su esposa, Anne Hathaway, pues su marido le dejó como herencia su 'segunda mejor' cama y no mucho más. Las camas eran muy apreciadas y valiosas en ese periodo de la historia. La mención de la 'segunda mejor' cama para su esposa ha sido interpretada por unos como un gesto humillante, y para otros, una señal de cariño, teniendo en cuenta las costumbres de la época.

LA YAPA

La historiadora del arte Natalia Majluf destacó que la imagen más antigua de Túpac Amaru II de esta nota deriva de retratos que este mandó hacer como propaganda para difundir su rebelión en el sur andino y el Alto Perú, con supervisión de su esposa Micaela Bastidas. El historiador Luis Wuffarden explicó que Túpac Amaru II se muestra como legítimo sucesor de los incas con una corona inca combinada con armas otorgadas por el rey español Carlos V a Cusco (un castillo).

EL PORQUÉ DE LAS COSAS

¿Por qué las toallas tienen bandas tejidas? La mayoría están hechas de tela de rizo, un tejido poroso para una buena absorción del agua y suavidad. Al diseñar productos con rizo, que tiene pelo o hilos sueltos, es más probable que se deshilachen. Para evitarlo, se crean tiras con un tejido denso en ambos extremos de las toallas, así se refuerzan los bordes.



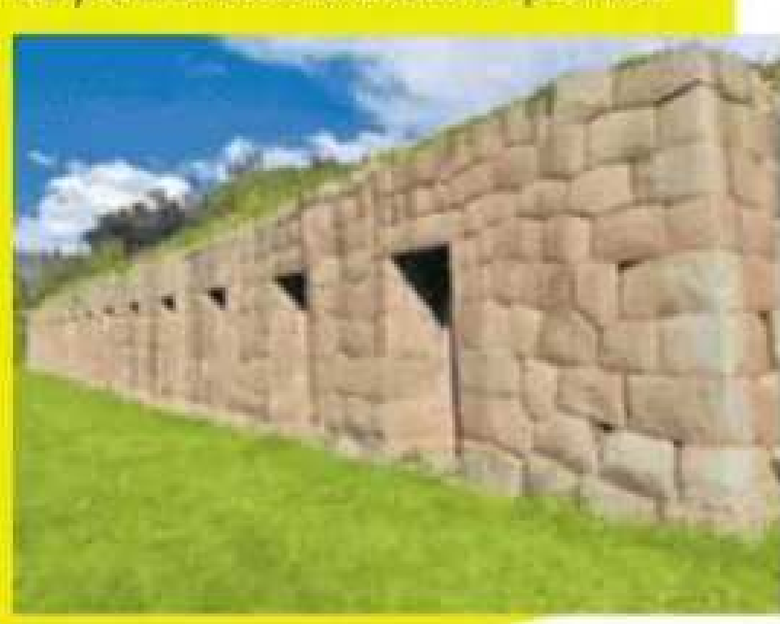
CÓMO SE ESCRIBE

Precario

El diccionario nos ofrece varias definiciones, la más común es 'De poca estabilidad o duración'. Hablamos de un empleo precario, una vivienda precaria, una situación precaria, para referirnos a algo inestable, inseguro, que puede desaparecer en cualquier momento. En ese sentido, la precariedad genera incertidumbre y vulnerabilidad.

COMPLEJO DE TARAWASI

El complejo arqueológico de Tarawasi muestra una gran plataforma con muros de piedra labrada y unida en un estilo tipo celular (bloque único con varios ambientes), construida también en granito. Se ve un altar de piedra ('ushnu'), andenes agrícolas, con su fuente y canal de irrigación. Ubicado en el distrito de Limatambo (Cusco), se usó como centro ceremonial y zona de descanso durante la época inca.



Cocina como un trome con el

Combo Ideal

*Imágenes referenciales.

1 Busca YA el cupón en tu diario Trome.

2 Recorta el cupón y adquiere tu COMBO IDEAL a un PRECIAZO.





26 cm



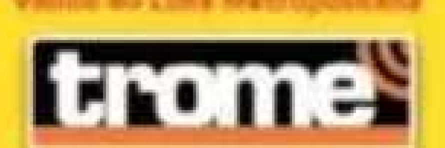
- Interior marmolado antiadherente.
- Base con distribución uniforme de calor.
- Mango soft touch símil madera.
- Tapa de vidrio templado 3.8mm.



Para mayor información, escribe al:



Válido en Lima Metropolitana





INTERJECCIÓN TELEFÓNICA

ARISTÓCRATA

SEMEJANTE

AFÉRESIS DE AHORA

APÓCOPE DE NORTE

LETRAS VECINAS

CONSTRUYÓ EL ARCA

NOMBRE DE MUJER

ÁCIDOS

PARTE DEL SISTEMA URINARIO

AL NIVEL

PRIMERO EN EL EDÉN

MEMORIA EN COMPUTADORA

EXCÉNTRICO

ALTARES

EXTREMIDAD DEL CUERPO

ALABAR

ÓRGANO VISUAL

GUSTARA, INTERESARÁ

SALDRÁN DE ALGUNA PARTE

PLEGAR

SIERVO DE ESPARTA

ABYECTO

LA ONU EN EL TRABAJO

PREFIJO QUE SIGNIFICA ENFERMEDAD

BAILE ANDALUZ

LETRA DOBLE

DETENER (INGLÉS)

CANCIÓN, MELODÍA

TROME, SU DIARIO REGALÓN

SANTO EN PORTUGUÉS

HUESO DE LA CADERA

LATERALES DE LA S

ASES

TAU, DELTA

NÚMERO NATURAL QUE SIGUE AL TRES

VALERSE DEL FAVOR O PROTECCIÓN DE ALGUIEN

EL CAPITAL DE EGIPTO

SÍMBOLO DEL AZUFRE

NOCHE (FRANCÉS)

REY Y AS (NAIPE)

RHO

MOVIMIENTO NERVIOSO

HIELO (INGLÉS)

APÓCOPE DE TANTO

ELLA ME PERTENECE

SECRETO

TANTALIO

CONDUCTA MORAL

ADICIONAN

ESCUCHAR

DESCANSAN

DIOS EGIPCIO

CERDO (INGLÉS)

SOCIEDAD ANÓNIMA CERRADA

FLÚOR

AMARRARE

RÍO EN ESPAÑA

LETRA GRIEGA

FALLÓ

LITRO

BARIO

FALTA EL OESTE

ALABABA

SÍMBOLO DEL OXÍGENO

METAL PRECIOSO

DIOS DEL SOL EN LA MITOLOGÍA EGIPCIA

TU HORÓSCOPO


21.3 | 19.4

ARIES. Paciencia y buen humor para solucionar algunos obstáculos. Ten confianza en lo que haces.


20.4 | 20.5

TAURO. Con el tiempo te darás cuenta de que esa persona tenía buenas intenciones. Cuida tu salud.


21.5 | 20.6

GÉMINIS. Trata de resolver los problemas con tu pareja. La comunicación es clave antes de tomar decisiones.


21.6 | 22.7

CÁNCER. Tu espíritu emprendedor hará que consigas tus metas a corto plazo. A paso lento, pero seguro.


23.7 | 20.8

LEO. Estás en una buena etapa de tu vida y debes tener las cosas claras. Ten más confianza en ti mismo.


23.8 | 22.9

VIRGO. Miércoles perfecto para intercambiar ideas y proyectos en tu vida diaria. Renueva tu espíritu guerrero.


23.9 | 22.10

LIBRA. Muy buena ocasión para proponer negocios o crecer en el campo profesional. Te sentirás bien.


23.10 | 21.11

ESCORPIO. Toma en cuenta todo lo que esa persona hizo por ti. Conseguirás algo importante. Renuévate.


22.11 | 21.12

SAGITARIO. Tu situación es muy clara, no trates de tapar la verdad o inventar excusas. Demuestras lo que vales.


22.12 | 19.1

CAPRICORNIO. No pierdas el tiempo en frivolidades y encuéntrale un verdadero sentido a tu vida. Escucha.


20.1 | 18.2

ACUARIO. Día favorable para expresar lo que sientes a tu pareja o familia. Estás en una etapa de crecimiento personal.


19.2 | 20.3

PISCIS. Tienes que mostrar decisión y fuerza para cambiar y salir adelante. El éxito depende de tu esfuerzo.

PURAS letras

TIPOS DE FAMILIA (1)

P	D	Y	P	O	A	D	I	D	N	E	T	X	E	A	I	L	I	M	A	F
A	D	I	S	A	E	P	A	R	E	D	P	D	A	Z	V	M	O	M	D	F
D	V	S	N	E	D	S	V	Z	S	F	A	R	S	D	A	M	A	S	C	R
R	Z	A	O	V	E	A	T	O	S	V	Z	E	I	M	F	A	V	Z	A	A
E	F	A	R	J	D	N	L	A	A	O	T	V	A	M	V	Z	S	F	D	E
S	V	Z	O	D	I	L	C	F	N	N	L	O	F	A	O	O	A	E	M	L
E	O	D	P	I	E	H	Y	A	E	M	P	E	G	D	T	S	L	T	A	C
H	O	E	O	E	N	T	S	I	R	A	U	F	U	N	F	O	A	I	S	U
I	L	S	D	F	R	C	R	O	P	G	R	Y	U	B	S	V	Z	O	C	N
J	O	P	A	P	A	A	L	A	L	A	A	J	U	P	A	G	A	S	D	A
O	S	A	M	D	P	D	A	U	T	N	N	D	A	N	Z	O	Z	O	A	I
S	O	F	R	S	V	O	E	V	Y	E	O	D	A	Z	I	A	M	V	Z	L
F	N	V	O	F	N	R	Z	D	V	E	R	C	F	V	Z	D	D	O	A	I
A	U	R	F	O	A	A	E	I	A	E	A	F	E	A	F	A	O	F	C	M
V	T	A	M	P	F	R	V	F	S	V	Z	A	F	V	F	A	Z	S	D	A
O	V	L	A	T	N	E	R	A	P	O	N	O	M	A	I	L	I	M	A	F
F	A	Z	V	A	U	P	A	D	R	F	G	D	A	Z	B	V	Z	V	F	F
I	N	L	D	Q	E	S	E	L	T	I	P	O	M	A	S	C	O	M	U	N

- **Familia nuclear:**
- **Formada por**
- **padres e hijos.**
- **Es el tipo más común.**
- **Familia extendida:**
- **Incluye a**
- **otros parientes,**
- **como abuelos,**
- **tíos o**
- **primos,**
- **que viven juntos**
- **o están muy unidos.**
- **Familia monoparental:**
- **Uno solo**
- **de los padres**
- **(mamá o papá)**
- **vive con los hijos**
- **y se encarga**
- **de ellos.**



MI SUEÑO ES FORMAR UN BELLO HOGAR

Cartas: Editora El Comercio S.A.
Jr. Paracas N°530, Pueblo Libre.
Mail: doctoracarmen01@trome.com



CARLOS.- Doctora Carmen, le escribo esta carta porque, en un abrir y cerrar de ojos, la vida pasó y no me dio tiempo de enamorarme. Antes no le daba tanta importancia, porque creía que tendría más tiempo, pero la verdad es que los años se fueron muy rápido. Por eso, hoy siento la necesidad de conocer mujeres jóvenes, preferentemente entre 25 y 35 años, con el deseo de formar un bello hogar. La joven debe ser cariñosa, comprensiva y que, al igual que yo, también quiera tener hijos. Las interesadas pueden escribirme al celular: **974-188-321. Gracias.**

DOCTORA CARMEN

Mira, hijito:
Nunca es tarde para enamorarse ni para formar una familia. Tu honestidad y claridad son valiosas. Sigue buscando con calma y paciencia. Estoy segura de que pronto conocerás a alguien que comparta tus mismos deseos y formarás ese hogar que tanto deseas. **Suerte.**

TROME sudoku

391



					3		7	6
							8	
	6					5	3	
				7	5			
6		7	2	4		3		8
	5	4	3	6	8			
5		9	4	2		7		3
	7	6				8	4	
	3					9		2

TROME SERIES

PRIME VIDEO

LA MUJER DEL VIAJERO EN EL TIEMPO



TEMPORADAS: 1
CAPÍTULOS: 6

La historia sigue a Clare Abshire (interpretada por Rose Leslie) y Henry DeTamble (Theo James), una pareja cuyo amor se ve desafiado por una condición genética que provoca que Henry viaje involuntariamente a través del tiempo. A pesar de las complicaciones, ambos intentarán construir una vida juntos.

SOLUCIÓN GRAMA



¡GRAN ESTRENO!

Café con la CHEVEZ

CUENTA QUE ESTUVO EN SALIDITAS CON LA 'CARLOTA' Y PRODUCTOR DE PANAMERICANA LE OFRECIÓ UN DEPARTAMENTO

LA PÁNFILA: SUBÍ A 'LA SARTÉN' DE VÍLCHEZ

CONDUCE: CARLA CHÉVEZ

EL PAPA CHICLAYANO Y LOS CURITAS POLACOS



Este Búho ve con emoción la fiesta que vive **Chiclayo** por el nombramiento de **Robert Prevost,** su obispo querido, como sumo pontífice. Es histórico y conmovedor que el mismísimo **papa León XIV** haya nombrado a la tierra de la amistad durante su asunción como líder de la **Iglesia católica** y resaltara que se trata de **un pueblo fiel a Dios.** En medio del caos político y de inseguridad que vivimos los peruanos, estos últimos días han sido esperanzadores. Algunos han comparado la emoción de este suceso como si se tratara de **la clasificación del Perú al Mundial.** El oficio pastoral del papa en el norte peruano, que logró cohesionar al pueblo chiclayano, me hizo recordar al de los sacerdotes polacos **Miguel Tomaszek** y **Zbigniew Strzalkowski.** Los curitas contribuyeron al desarrollo social y cristiano de **Pariacoto, Huaraz.** Ambos fueron asesinados por **Sendero Luminoso,** quienes los acusaron de imperialistas y **'adormecer'** a la población. Los polacos arribaron a Pariacoto en agosto de 1989, tiempo en que la comunidad era un remoto lugar que no se registraba en el mapa. Sin agua, ni luz, ni posta médica. Vivían la sequía más larga que se haya podido conocer en aquella región del país: siete años. Con una sola misión, de llevar la palabra de Dios, Miguel y Zbigniew se asentaron ante el asombro de los lugareños, quienes en un inicio vieron con desconfianza la presencia de los dos gringos. No demoraron mucho en ganarse el cariño de la población. Zbigniew educó a los pariacotinos en el arte de la siembra y el cultivo. Trajo de **Polonia** sus conocimientos en técnicas de regadío. Además, inició la construcción de carreteras que conectarían a Pariacoto con otros pueblos. Instruyó en la crianza de cuyes. Finalmente, con su conocimiento en enfermería, curó enfermos. Por esos años el mal del cólera era el principal problema. Pronto lo apodaron **'El padre doctorcito'.** En cambio, Miguel tuvo una labor más espiritual. Enseñó a los niños y jóvenes a tocar guitarra y cantar. Su función evangelizadora hizo que cada domingo los pobladores asistieran en mayor cantidad a misa. **Recorrió la región, Biblia en mano, llevando la palabra de Dios.**

En menos de dos años, Pariacoto se volvió una comunidad autosostenible. Llegó la lluvia y los sembríos de manzana se volvieron un boom. A la crianza de cuyes se le sumaron el ganado bovino y vacuno. Las chacras rebasaron en producción. La carretera era una realidad. La iglesia, cada domingo, se llenó de gente adulta, jóvenes y niños. Antes de lo que cualquiera hubiera creído, los dos curas se ganaron el corazón de los pobladores. **Sin embargo, el 9 de agosto de 1991, una columna de Sendero Luminoso irrumpió en el pueblo pidiendo entre gritos la ubicación de los frailes.** Los encontraron en la iglesia. Se los llevaron. A Miguel y Zbigniew los fusilaron en un descampado. Sobre sus cuerpos dejaron este mensaje: **"Así mueren los lames... del imperialismo".** Cuando llegué a Pariacoto, una comunidad pequeña, de clima cálido, de gente amable y trabajadora, me encontré con una ferviente devoción a los curas. Cuando supe todo lo que habían hecho allí, entendí por qué. Muchos de los adultos eran niños cuando los polacos pisaron esas tierras. Y recuerdan con cariño las alabanzas que aprendieron, los valores que les inculcaron. Los mayores los evocaban como personas empeñosas y de quienes heredaron técnicas que ahora dominan con gran destreza. **Nunca tuvieron otro fin que no sea el bienestar del prójimo y el amor a Dios.** Por eso resulta increíble que Sendero Luminoso los haya ejecutado con total sangre fría, motivados por el mero desprecio a la vida, so pretexto de su **ideología marxista-leninista y antiimperialista.** Tras su muerte, en 2015 fueron beatificados por el **papa Francisco.** Hoy, en Pariacoto se les venera como a verdaderos ángeles. La estela de su paso por esas tierras sigue alumbrando. Como sacerdotes construyeron una iglesia, en el sentido espiritual, porque fomentaron la caridad, la solidaridad, el desprendimiento, la unión y la fe, una labor tan parecida a la del papa chiclayano de corazón. Apago el televisor. *